

传播学  
创新系列教程  
Communication

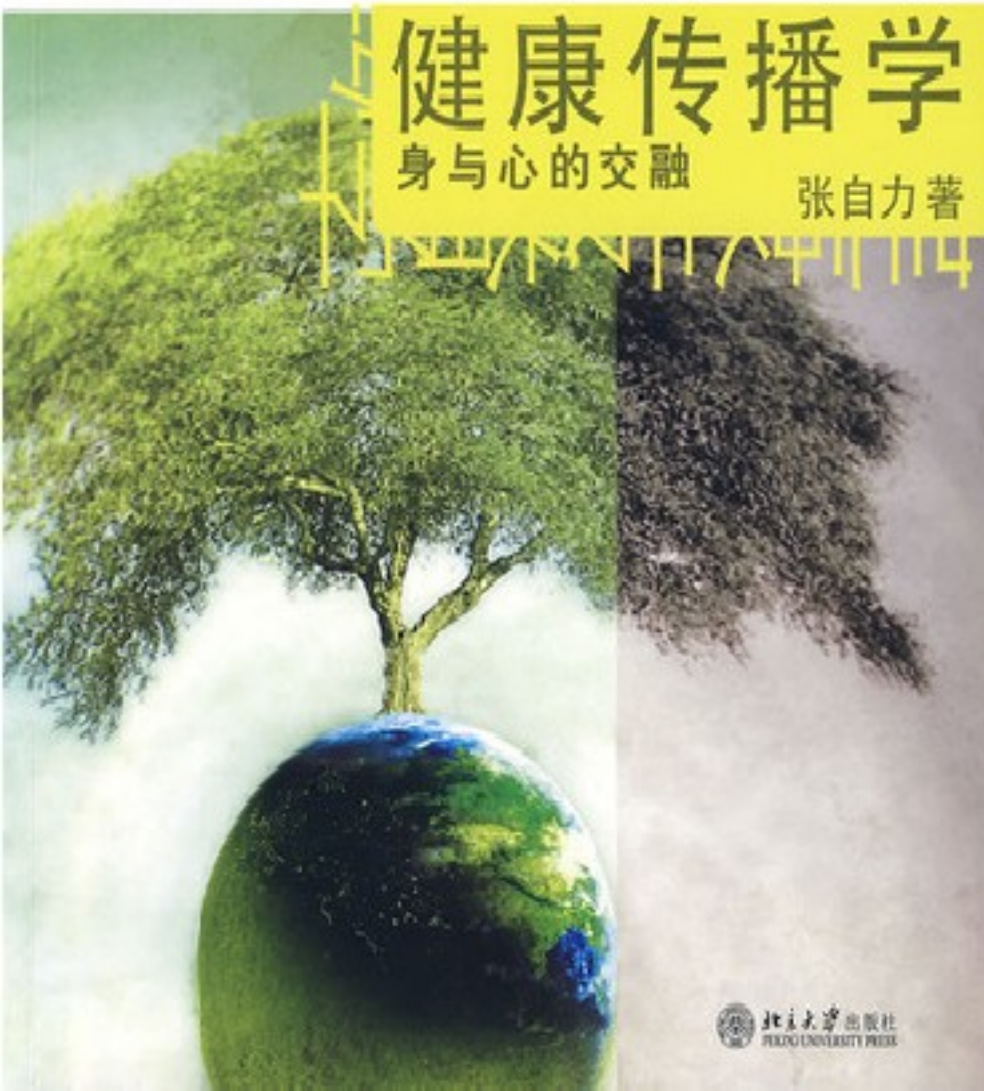
传播学

# HEALTH COMMUNICATION

## 健康传播学

身与心的交融

张自力著



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS

# 健康传播学

——身与心的交融

张自力 著



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS

## 图书在版编目(CIP)数据

健康传播学:身与心的交融/张自力著. —北京:北京大学出版社,2009.9

(传播学创新系列教程)

ISBN 978-7-301-15672-8

I. 健… II. 张… III. 健康-传播学-教材 IV. R193

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第145595号

书 名: 健康传播学——身与心的交融

著作责任者: 张自力 著

责任编辑: 倪宇洁

标准书号: ISBN 978-7-301-15672-8/G·2657

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路205号 100871

网 址: <http://www.pup.cn> 电子邮箱: [ss@pup.pku.edu.cn](mailto:ss@pup.pku.edu.cn)

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62753121

出版部 62754962

印 刷 者:

经 销 者: 新华书店

730mm×980mm 16开本 22印张 360千字

2009年9月第1版 2009年9月第1次印刷

定 价: 35.00元

---

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话: 010-62752024 电子邮箱: [fd@pup.pku.edu.cn](mailto:fd@pup.pku.edu.cn)

# 传播学创新系列教程

中国社会科学院新闻与传播研究所传播学研究室、南京大学新闻传播学院  
策划与主编

---

- |                     |       |      |
|---------------------|-------|------|
| 《组织传播学——结构与关系的象征互动》 | 胡河宁/著 | (已出) |
| 《健康传播学》             | 张自力/著 | (已出) |
| 《大众传播学——媒介与社会的关系》   | 段京肃/著 |      |
| 《人际沟通学——交往中的理解与误解》  | 王怡红/著 |      |
| 《跨文化传播学》            | 姜飞/著  |      |
| 《新媒体传播学》            | 巢乃鹏/著 |      |
| 《开放与交融:传播学跨学科研究导引》  | 杨瑞明/著 |      |
| 《传播社会学——一种多维的互动视角》  | 郑欣/著  |      |

# 总 序

## 创新之道,一以贯之

人类有历史,教材也有历史。中国出版传播学教材的历史非常短暂,不过二十几年的时间,但教材的种类和数量却累积了不少。从1992年传播学获得国家确认的一级学科地位以来,教材出版进入了高潮。据不完全统计,从1995年到2009年,我国主要有17家出版社,共出版新闻传播类教材26套,计244种,而且出版市场还在不断地扩大。世界本来就是多元的,有了多元,其应不穷,多了就有选择了,万事万物,才好各得其所,这也是当今我国教材写作与出版的主要模式。

出版一套好的传播学教材,是北京大学出版社的不懈追求,也是我们写作者的努力方向。所谓的好,不在于我们能否提供传播学的普适理论。传播学通过与生活世界的丰富联系,不可能只有单一的、固定的、统一的、已经完整的理论及其理解,出版与写作的多元与开放,主要在于为读者提供通过传播学去思考的不同途径。然而,能达到好的出版写作质量,能贯通多元脉络的,必是一个朴素而简单的道理,这就是,多元之道,创新而已。

创新不在于大小,也不在于多少,但略去创新的含义,只求多元的丰富,人的选择便会不知先后,少了这种偏重,即便种类再多,名目再繁,也会失去存在的真实意义。因此,在众多的传播学教材中,增加整体视角和创新元素,成为我们这套教材所追求的鲜明特征。

“传播学创新系列教程”是一套由中国社会科学院新闻与传播所传播学研究室与南京大学新闻传播学院联合策划与主编的传播学本科教材。从2004年开始,传播学研究室参加了中国社会科学院重点学科建设工程项目。2007年10月,经共同倡议,在北大出版社五层会议室召开了有北大社责编、社科院和

南大教材写作者参加的编前会,会上确定了教材编写方案,各自陈述了写作提纲,大家面对面,相互批评,进行了愉快的交流与沟通。我们以为,传播学及其研究还存在许多问题,我们自己本身也有许多困惑,但是,人类传播飞速发展的现实已经走在了前边,理论的学习与实践也必须紧紧跟上,作为传播学研究者,我们需要给自身所站的学术位置设立一个高度。

根据传播学在中国社会发展的需要,对于传播学教材的创新,我们以为应该立足于两个基本点:一是要为读者勾画出整体的传播学研究领域。在国内已出版的教材中,这套教材具有至今最为完整的传播学分支体系。我们除了有《大众传播学》、《人际沟通学》、《组织传播学》和新兴的《跨文化交流学》及《新媒体传播学》之外,还增加了可以开阔读者视野、满足社会新的发展需要的《健康传播学》,具有方法论特点的《传播学跨学科研究导引》和《传播社会学》等。二是我们的每本教材都建立了一个副标题,以突出该书的主要内容、思维方向、理论视角等,读者可以从各自的知识需求出发,明确地把握传播教学的主要内容。除此之外,这套教材还遵循着一些共享的、一致的写作原则。

一是温故知新。创新必得知道过去,虽然“故”自身不会产生新,但是“故”里必含有某种品质,才能使教学主体以“知新”和“创新”加以实践,因此我们的写作必须老老实实进入已有的理论研究框架里面去,取百善,聚众类。

二是加入中国社会文化的元素。对于求真理,中西方的传播学术是可以相涉相入,彼此关照,相互勾连的。我们既吸纳人类已有的传播理论,把西方作为一种方法,也注重在写作与教学中,启发中国读者去思考,在中西的交流之间,进行日常实践,寻找学术研究的结合部和创新点。

三是突出对话式教学关系。我们把学生和老师看作是第一位的,把这套教材看作是一个可以在课堂上、在社会里进行深入交流的丰富文本。我们希望读者在使用这套教材时,能激发出共享性思维和对话的热情,通过教材所设计的课堂交流、问题与讨论的知识点,能获得闻一以知二,以知十,以知百的教学效果。

四是遵守通俗、简明、准确的写作原则。我们向读者发表对理论的见解,把学与问之后的知识转化为已知,再把已知的知识化为他知,这期间充满着一系列从思考到写作的琢磨、权宜和变通。我们既要把传播学的课堂放在开放的社会之中,放在大庭广众之下,更要交到读者的手中。要做到这一点,我们必须具备一种通俗化写作的能力,不仅在语言上要自我克制,文字上不断锤炼,更要

通俗易懂的表述方式,准确地讲出传播学最为基本的道理。

我们知道,实现创新的宗旨与写作的准则,主要在于自己的进学功夫,所求学问,也都在自己这里了。创新,既是我们写作这套教程时的一心追求,也是读者在选择使用时的一种体察。孔子说:吾道一以贯之。追求创新,实践创新,若真能一以贯之,这会让我们自己和读者永久受益的。

对于人类,创新永远是一个没有解决的问题,也不会在偶然、临时和变化很快的时代经常出现。创新之路,有阻且长,但我们希望道不远人。创新既然是写作者与研究者求生的一个前提,那么我们的创新追求就不算过分,只要总体方向是正确的,是对的,我们终究会有得胜的地方。

中国社会科学院新闻与传播研究所传播学研究室  
南京大学新闻传播学院“传播学创新系列教材”诸同仁

2009年7月12日

# 前 言

## 传播健康 交融身心

身体是父母给的,健康是自己要的。父母赐予我们身体和生命,每个人身体素质的好坏,根源于父母,对个人来说是先天造化,无法选择。而健康则不同,健康得益于每个人自身。对大多数人来说,健康与否,与个人自身的行为和观念密切相关,要不要健康,全在自身。这一点,医学专家通过大量的研究统计早有证明:在影响人类健康的四个主要因素——遗传生物因素、行为生活方式因素、环境因素、医疗卫生条件因素中,遗传因素的作用仅占 15% 左右,而行为生活方式因素的影响作用占到了 60% 的份额。这一科学结论,对于从事健康传播的人来说,无疑是一个好消息。因为唯其如此,健康传播才有了意义。通过有效的沟通和传递,或潜移默化、或当头棒喝,健康传播发挥其影响作用,帮助人们在先天既定的条件下,充分调动后天的能动性,掌握科学的健康知识,培养科学的健康观念,养成健康的行为方式,从而把握健康真谛,走上健康之路。

与健康相对的是疾病,疾病的诱发因素很多。中医说:人食天地之气以生,内伤于喜怒忧思悲恐惊七情,外伤于风寒暑湿燥火六淫,所以生病。现代医学也把疾病分为生理疾病和心理疾病,区别对待。因此,健康的维护就不应该只是单方面的生理保健和治疗,还应该包括心理的调节与呵护。只有身心都保持良好的状态,才称得上健康。健康传播,作为维护健康的手段和载体,唯有身心兼顾,实现身与心的交融,方才算得上功德圆满。

本书是一本以“健康传播”为主题的教材,集中阐述健康传播的主要理论观点和实践应用,强调“身心的交融互动”是贯穿全书的基本脉络之一。理论方面,作为健康传播学的三大学科根源——健康教育学、医学社会学和社会心理学学科体系中,不乏“身心合一”的理论观点。以社会心理学对健康传播的

影响为例,社会心理学强调心理因素对个体掌握健康知识、促成良好的健康观念和 health 行为的影响作用,以及运用心理机制提升健康传播效果的实践应用。以此为基础衍生的健康知—信—行模式、健康信念模式、健康行为转变的阶段模式等健康传播的重要理论模式,无不渗透着身心交融互动的传播理念。

实践方面,“身心合一”的需求体现在健康传播实践的各个领域和不同层面。例如,人人熟知的医患对话。全面而充分的医患对话不仅应包括对患者身体不适的关切,还应包括对患者的心理因素、社会适应能力等多种可能影响身体健康状况的因素的关切。同一种疾病,不同的患者会有截然不同的反应。年轻患者虽然病重却不以为然,认为自己年轻身体好,对治疗漫不经心;中年患者在工作 and 家庭中扮演重要的角色,社会负担和心理负担较重,面对疾病往往容易产生心理失衡;老年患者大多容易感伤、多疑,往往对治疗效果的信心不足。这种心理反应的差异,直接影响到疾病的进程和治疗。美国人际传播学者约翰·斯图尔特和巴克从“生理—心理—社会”的现代健康观出发,将医患对话的内容分为五个特殊领域:患者的病情发展、身体不适、精神忧虑、日常生活失调和社会问题。他认为,只有涵盖了这五个领域的医患对话,才能够真正全面地帮助医生了解患者的健康与疾病状况。现代社会,生活节奏日益加快,人际沟通日渐疏远,情感问题和心理问题成为现代人突出的健康问题。相关研究显示,当代大学生中存在心理问题的学生比例高达 10%—30%;农民的精神心理疾病患病率近年来呈现持续上升的势头,农村妇女自杀率高居不下;大量进城务工的农民工从农村来到城市,面对陌生的环境无所适从,加上生活上、工作上的巨大压力,精神生活的匮乏,以及在城市中低下的社会地位和时常遭遇的歧视,导致农民工产生诸多心理健康问题,甚至引发犯罪。在针对进城务工人员、农民和在校学生等特定人群的健康传播实践中,关注心理健康风险,注重身心的交融互动,变得尤为重要。

同样值得关注的,还有各类心理传播技巧在健康传播实践中的积极应用。如何把握晚期癌症患者的心理特点,妥善地向他们告知“坏消息”,帮助他们建立与疾病抗争的信心;如何深切地体会艾滋病病毒感染者面对的社会压力和心理负担,阻止他们自暴自弃、逃避社会,协助他们鼓起重新生活的勇气;如何从文化心理和传播心理的角度,洞察吸烟者的心理烟瘾,促使他们从心理上摆脱烟草的诱惑;如何在突发公共危机中,化解政府的“恐媒心理”和公众的恐慌心理,以积极主动的传播策略迎接挑战、化危为机……对这些问题的解答,无疑

都离不开心理健康传播的实践。唯有身心交融的传播,才是健康传播的完整演绎。

本书的另一个基本脉络是坚持以实践为导向。本书的定位是教材,既然是教材,首先要面对的是学生的需求。今日高校的大学生培养,需要的是理论与实践相结合的人才。这不仅要求教材在理论上根基扎实,同时也要求在满足实用需求方面更具特色。这方面,我们可以借鉴一下美国的例子。美国是现代健康传播研究的发源地,对高素质健康传播人才的培养成为美国高校传播学教学的一大特色和优势。据美国传播学研究机构的一项研究显示,从美国高校健康传播专业毕业的大学生(包括研究生),其职业选择范围相当广泛,就业机会已经远远超出了传统的医药卫生领域,扩大到社会营销、公共关系、政府健康问题发言人、健康政策制定者、大众传媒从业人员、广告设计与大型活动策划、大型企业健康管理人员、健康培训师、健康教育工作者等。这一研究结果使我们不得不认真考虑健康传播教材的内容涉猎范围,使其能够尽可能地符合学生的需要和社会的需求。正是基于这样的考虑,本教材在内容的选择和编排上坚持理论与实践相结合、实践与需求相结合的原则,力求多元、力求实用、力求创新。

例如,在第四章“医患关系与人际健康传播”中,结合当下医患关系紧张、医患矛盾突出的现实状况,着重分析了在信息不对称的前提下,医患双方在制定治疗方案过程中的信息博弈模式,对日常医疗实践活动进行理论探讨;在第五章“健康教育与健康促进”的论述中,归纳了各地在社区健康教育和健康促进工作中的实践经验和模式,以帮助学习者拓宽视野和思路,增强教材内容对实践的指导意义;在第六章“媒体公共健康报道与大众健康传播”中,立足传媒实践,从健康类大众传媒的采、写、编、播等各个层面有针对性地分析存在的问题、探讨常用的方法技巧,着力增强教材的实用性和操作性;在第十一章和第十二章中,结合相关的理论阐述,直接引入了一些个案研究的实例,帮助学习者在学习过程中培养理论研究的基本技能和素养。

尽管如此,与瞬息万变的社会发展相比,教材的内容总显得有些滞后,特别是与健康传播实践在我国当下社会的突飞猛进相比,健康传播研究的发展仍显得薄弱和不足。就在写作本教材的这段时间里,国内又发生了数起重要的公共卫生事件。在这些事件中,人们对健康传播提出了更高的要求 and 期待。带着人们的要求和期待,相信健康传播的未来发展之路一定会走得更加稳健,更加扎实。

- 第一章 健康传播的发展演进 /1**
- 第一节 健康传播话从头 /1
- 第二节 健康传播:一个学科领域的诞生 /8
- 【关键概念与要点回顾】/19
- 【对话与思考】/20
- 第二章 健康传播的基本概念与研究领域 /21**
- 第一节 健康传播的概念与研究分支 /21
- 第二节 健康传播研究领域的深度划分 /29
- 【关键概念与要点回顾】/37
- 【对话与思考】/38
- 第三章 健康传播的基本理论与模式 /39**
- 第一节 健康传播的模式探索 /39
- 第二节 健康传播的基本理论与应用 /52
- 【关键概念与要点回顾】/64
- 【对话与思考】/66
- 第四章 医患关系与人际健康传播 /67**
- 第一节 人际传播中的健康议题 /67
- 第二节 医患关系的本质与表象 /76
- 第三节 医患关系研究 /87
- 【关键概念与要点回顾】/97
- 【对话与思考】/98

<b>第五章 健康教育与健康促进 /99</b>	
第一节 健康教育与健康促进的内涵、任务与发展 /100	
第二节 社区健康教育与健康促进 /109	
第三节 学校健康教育与健康促进 /116	
【关键概念与要点回顾】/127	
【对话与思考】/128	
<b>第六章 媒体公共健康报道与大众健康传播 /129</b>	
第一节 健康与大众传播的关系 /130	
第二节 媒体公共健康报道的采写与编播 /142	
第三节 媒体公共健康报道的问题与应对 /157	
【关键概念与要点回顾】/172	
【对话与思考】/173	
<b>第七章 突发公共卫生事件的健康传播 /175</b>	
第一节 认识突发公共卫生事件 /175	
第二节 政府的传播现状与策略 /179	
第三节 大众传媒的传播缺陷与出路 /190	
第四节 公众的传播参与和特点 /202	
【关键概念与要点回顾】/209	
【对话与思考】/210	
<b>第八章 健康传播的伦理与规范 /211</b>	
第一节 媒体健康传播中的伦理呼唤 /211	

- 第二节 医疗健康传播中的伦理冲突 /214
- 第三节 艾滋病健康传播中的伦理议题 /224
- 【关键概念与要点回顾】/233
- 【对话与思考】/234
- 第九章 健康传播的营销策略 /235**
- 第一节 健康与社会营销 /235
- 第二节 常用的健康营销策略 /247
- 第三节 健康广告与健康营销 /258
- 【关键概念与要点回顾】/265
- 【对话与思考】/266
- 第十章 新媒体与健康传播 /267**
- 第一节 网络传播的特性与应用 /267
- 第二节 网络与健康传播 /273
- 【关键概念与要点回顾】/284
- 【对话与思考】/285
- 第十一章 健康传播案例研究与策略分析(上) /286**
- 第一节 农村社区的健康传播策略分析 /286
- 第二节 城市外来务工人员的健康传播策略分析 /294
- 【关键概念与要点回顾】/301
- 【对话与思考】/302

第十二章 健康传播案例研究与策略分析(下) /303

第一节 艾滋病防治的健康传播策略分析 /303

第二节 控烟的健康传播策略分析 /319

【关键概念与要点回顾】/331

【对话与思考】/332

参考书目 /334

后 记 /337

# 第一章

## 健康传播的发展演进

健康问题是与人类社会自身的发展形影相随的。自从有了人类,就有了人类的健康问题和健康意识,人的健康意识是人类自我意识的历史性过程。健康传播,作为人类健康意识的物质化载体,承载着人类维护健康、促进健康的历史使命。了解健康传播,首先从健康传播的历史开始。

### 第一节 健康传播话从头

被西方医学界尊为“医学之父”的古代希腊医学家希波克拉底千百年来受到后人的无限尊敬。对于今天的人们来说,希波克拉底时代的医学技术早已成为远去的辉煌,但是希波克拉底充满智慧、仁爱的医学誓言——“无论在什么地方,无论病人是男是女、是自由民或是奴婢,我将对他们一视同仁,为他们谋取幸福……”——至今仍然回响在全世界医务人员的耳边,声如洪钟。同样经久不衰的,还有古老灿烂的中医药文化精髓。脱胎于两千五百多年前的《黄帝内经》,对于今天的人们来说,能够真正读懂它的人已经不多了,但是古代医者“不治已病治未病”的预防思想至今仍然为我们所推崇和践行。无论是西方还是东方,数千年前的医学誓言和预防思想流传至今依然为人们所熟知,彰显出传播的恒久力量和价值。

#### 一、古代健康传播的方式

由于技术条件和人们认知水平的限制,古代的健康传播无论在内容、形式、

载体等诸多方面都显得朴素而初级。粗略看来,古代的健康传播可根据其传播方式、传播载体和传播主体的不同,大致分为以下几种类型:按照传播方式的不同,可分为人际传播与文献传播;按照传播载体的不同,可分为语言文字传播与非语言文字传播;按照传播主体的不同,可分为官方传播与民间传播。

### 1. 人际传播与文献传播

由于古代传播技术条件的限制,人际传播和文献传播是两种最主要的健康传播方式。人际传播依据传播者的不同,主要有两大类:一类是存在于民间百姓相互之间的、偶发的、自由散在的人际传播,以传闻、典故、习俗为主要的传播内容,如一些民间流传的谚语、俗语、民间故事等等;另一类是医患之间的人际传播。

有关健康的谚语、俗语、传闻故事,在我国民间流传甚广。诸如:“冬吃萝卜夏吃姜,不用医生开药方”,“寒从脚上起,病从口中入”等,都是人们熟知的“老话”,广泛流传于人们的日常生活中。人们在生活、劳作的过程中相互传递着这些带有经验总结性质的防病养生知识,在民间社会的健康维护中发挥着重要作用。除了民间百姓相互之间“口耳相传”的人际健康传播之外,另一类是医患之间的人际健康传播。这主要发生在患者请医生治病疗伤的过程中,传播者是医生(大夫、郎中)。相对于前一种人际传播类型而言,医患之间的人际健康传播在发生几率上更具有稳定性,同时具有权威性、单向性的传播特征,可信度和接受度均较高。

与人际传播同等重要的是文献传播。依据传播者的不同,文献传播可分为两种类型:一类是以医学实践者或研究者为主要传播者的文献传播类型。奠定中医学基础的四部经典著作《黄帝内经》、《黄帝八十一难经》、《神农本草经》、《伤寒杂病论》,集中药大成的《本草纲目》,将传染病的防治提高到一个新高度的《温疫论》等,无不是堪称经典的医药学文献,在我国古代的健康传播中发挥着重要的推动作用。以医学实践者或研究者为主要传播者的文献传播类型,其特点在于传播内容较为科学,权威性高、可信度高。但由于传播者大多是医药领域的专业人士,传播内容的专业性极强,专业知识上的落差使得传播内容很难被普通人理解和接受,往往仅在医药领域内部流传,普及程度较低。

另一类文献传播是以一般文人墨客为主要传播者。相对前一种类型,这一类型的文献传播由于传播者大多是有名的文人才子,拥有一定的世俗影响力,因此在传播面和普及程度方面都要广得多。我国古代以文献的方式从事健康

传播的“文人”不仅仅指文学家,还包括政治家、史学家、科学家。元代著名杂剧家关汉卿本人既是戏剧大家,又是当时太医院的医官。在他的剧作中,广征博引,留下了丰富的医药学史料。刘禹锡与柳宗元所著的《传信方》,沈括与苏轼所著的《苏沈良方》,蒲松龄撰写的《草木传》、《药崇书》等,都为医药知识的普及和传播作出了重要的贡献。

## 2. 语言文字传播与非语言文字传播

语言文字是信息的主要载体,人类的大多数信息传播都是通过语言文字完成的。从动物的呼号到古人类的语言交流,我们的祖先实现了从动物到人的飞跃。语言的出现,使得信息交流更加丰富、更加深刻,在漫长的古人类时期,以语言为基础的口语传播是最主要的传播方式。健康传播也不例外。随着文字的出现,人类的传播行为进入到更高层次。相对语言的含混和稍纵即逝,文字使得信息的传递更加准确,也更加持久,为长时间地保存信息以及反复使用信息提供了可能。文字传播依据载体的不同,又可分为书写文字、印刷文字、雕刻文字等。

在语言文字传播之外,一些非语言文字的形式,如形体运动、健康操等,也成为健康传播的重要载体。其中,最著名的是华佗的五禽戏。五禽戏的起源可以追溯到我国远古时代。据史料记载,当时中原大地江河泛滥,湿气弥漫,不少人患了“重髓之症”,即一种骨关节病。为此,人们创制了一些用以活动身体关节的舞蹈动作。华佗以此为基础,创造了“五禽戏”。《后汉书·方术列传》中称:“五禽之戏,一曰虎,二曰鹿,三曰熊,四曰猿,五曰鸟。”“除疾,兼利蹄足,以当导引”。<sup>①</sup>华佗每到一处行医,都亲自为百姓示范五禽戏,带动百姓共同习练。这种方式以形体示范为载体,无需过多的语言文字,非常适合文化水平较低的乡间百姓学习、采纳,利于发挥传播效果。

## 3. 官方传播与民间传播

根据不同统治者权力范围的大小,官方健康传播表现出不同的影响力和辐射面。效果最显著、影响最深远的是由最高统治者发起的健康传播。古代官方健康传播最主要的形式有两种:官颁医书和官方告示。

官颁医书大多发生在“太平盛世”。国泰民安、衣食温饱,统治者通过颁布医书、普及健康防病知识,以提高社会健康水平,从而在政绩上有更大的作

<sup>①</sup> 赵宝峰、田宏计、张天戈:《中国气功学概论》,北京:人民卫生出版社1987年版,第3页。